

SAINT MAMERT ACTUALITES

Saint Mamert actualités, le bulletin qui vous informe entre deux Griffes.

« SPECIAL ASSOCIATIONS »

LE FORUM DES ASSOCIATIONS AURA LIEU LE SAMEDI 11 SEPTEMBRE DE 10H A 13H SOUS LE CHENE DU FOYER.

PETIPAS DU GARD

Les professeurs Cécile et Thierry Mongne, anciens danseurs de l'Opéra de Paris, seront heureux de vous retrouver pour des cours de danse classique et contemporaine (pour enfants dès 4 ans et pour adultes) dès le **lundi 6 septembre 2021** dans la salle de danse, petit foyer de St Mamert Du Gard.

Nous proposons des cours d'essai gratuit tout au long du mois de septembre.

Nous serons présents au forum des associations de St Mamert Du Gard : le samedi matin 11 septembre.

Renseignements et inscriptions par mail : lespetipasdugard@msn.com ou par téléphone auprès de la présidente, Magali Capron : 06.37.34.08.55 ou des professeurs : 06.09.44.71.93.

VIVR - VIGNERONS DE ROBIAC

Cette association, créée en 2020, a pour objectif de mener des projets agro-écologiques dans la vallée de Robiac et de faire partager l'excellence des vins qui y sont produits. Parmi les actions en cours, la plantation de 600 arbres début 2021 et la création d'un groupe de préparations biodynamiques. Notre temps fort aura lieu les 20 et 21 novembre prochains; nous installerons un chapiteau dans le hameau de Robiac pour un concert bar à vin le samedi soir et un marché avec nos amis producteurs le dimanche.

SMAC : MARCHE ACTIVE ET COURSE A PIED A SAINT MAMERT

Si vous souhaitez marcher ou courir, régulièrement ou bien de temps en temps, vous pouvez venir rejoindre le SMAC. L'association Saint Mamert Athletic Club vous propose des sorties marche ou course à pied deux fois par semaine adaptées à tous. Nous alternons nos parcours sur les chemins, traversons la garrigue et le bois des Leins. Nous organisons aussi des randonnées le dimanche. Vous partagerez dans une ambiance conviviale de très bons moments en pleine nature, vous permettant de continuer ou renouer avec une activité physique. Vous pourrez nous rencontrer le samedi 11 septembre lors du forum des associations de Saint-Mamert pour adhérer ou renouveler votre adhésion.

MEMOIRE DE SAINT MAMERT

L'association Mémoire de Saint Mamert - née au moment des commémorations de la guerre 14-18 - continue de s'intéresser au patrimoine local et propose pour l'année 2021-2022 plusieurs actions concernant l'histoire du village et de ses habitants, par exemple : des visites, des conférences (sur l'année 1920 ou sur la découverte d'un four de l'Antiquité tardive), des expositions mais aussi les recherches généalogiques concernant les habitants recensés en 1795, la question importante de l'eau...

CLUB DE KARATE

Cela fait plus de 35 ans que l'on pratique le karaté à Saint-Mamert. Le secret de cette longévité ? Certainement les valeurs que véhiculent les arts martiaux. Parmi celles-ci, il nous aura fallu ces deux dernières saisons faire preuve d'humilité face à un virus qui ne veut pas dire son dernier mot, de la persévérance pour pratiquer sans contact, en distanciel ou à l'extérieur, et du respect. Respect des gestes barrières, des consignes sanitaires et comme toujours respect pour l'enseignant et les autres pratiquants, en somme pour chacun de nous.

Une nouvelle saison va commencer en septembre. Comme à l'habitude, les cours auront lieu tous les mardis (18h pour les enfants avancés et 19h pour les ados/adultes) et tous les vendredis (18h pour les enfants et 19h pour les ados/adultes) au foyer socioculturel.

Vous pouvez nous contacter
surasso.cksm@gmail.com

YOGA SYNERGIE

Le yoga n'est pas une discipline à part entière mais un art de vivre. Dans le contexte actuel marqué par une incertitude constante, le yoga rend non seulement le corps plus souple mais aussi l'esprit pour nous aider à faire face au stress du quotidien. Pratiquer le yoga ou la pleine conscience c'est respirer, se recentrer et s'ancrer à soi-même pour ne pas perdre pied afin de rester serein et stable en toutes circonstances. L'association Yoga Synergie vous propose plusieurs activités dans un lieu idyllique à La Mazade, chambres d'hôtes à St Mamert. Les cours ont lieu en petits groupes pour un suivi personnel dans une ambiance conviviale. Le COVID-19 vous a obligé d'annuler votre séjour à l'étranger ? Alors offrez-vous un voyage intérieur dont le corps et l'esprit ont vraiment besoin. Plus que jamais c'est le moment de s'arrêter et prendre soin de soi.

Yoga :

Lundi 9h00-10h15 et 10h30-11h45, Mardi 17h30-18h45 et 19h00-20h15.

Contact : Victoria Grace 06.21.36.21.73

Pleine conscience et relaxation :

Lundi 18h30-19h30 (adultes/ado), Mercredi
10h30-11h30 (enfants)

Contact : Nathalie Chauveau 06.32.91.12.56

Développement personnel

(groupes de paroles) :

Mardi 18h00-20h00 (Maison Dumont)

Contact : Béatrice Dernoncourt 06.16.57.79.02

L'association organise son premier stage de yoga le week-end du 9-10 octobre. Co-animé par Sabine Morel et Victoria Grace, ce stage a pour thème « L'ancrage. S'élever pour s'enraciner ». Nous organisons également des conférences ouvertes à toute personne intéressée par les questions du bien-être (participation libre). Les « Rencontres du bien-être » ont lieu tous les deux mois le premier vendredi à 19h30 à La Mazade. 1 octobre : « Découverte de la sophrologie » avec le sophrologue Frédéric Bastide. 3 décembre : « Le corps et l'esprit ne font-ils qu'un ? » avec la psychologue du sport Laure Desmurget.

GROUPEMENT D'ACTION CITOYENNE (GAC)

Cette association a pour objet la protection de l'environnement, de la réglementation d'urbanisme et la qualité de vie à Saint Mamert et dans son canton notamment en veillant sur toutes les décisions prises par les autorités publiques en matière d'environnement, d'urbanisme ou de toutes décisions impactant le cadre de vie de Saint Mamert et de son canton. Elle engage ou soutient des actions individuelles ou collectives y compris en justice si nécessaire. L'association agit également pour la promotion du patrimoine culturel, naturel et architectural de Saint Mamert et de ses environs par la réalisation de toutes actions dans ce but. L'association tient une permanence tous les vendredis à 18 h 30 à la « Maison Dumont » (sauf vacances scolaires et fériés).

150 chemin de la Gare 30730 St Mamert

07.68.59.28.85 (laisser un message)

Site : <http://g-a-c.fr/>

LA CALEBASSE DE OUAHIGOUYA

En cette période de pandémie sur notre territoire et l'insécurité régnant au Burkina Faso, La Calebasse de Ouahigouya poursuit ses activités :

- Parrainage de 77 enfants (suivi scolaire de ces enfants) : 4 enfants ont été reçus au CEP, 3 au BEPC, 4 au baccalauréat dont une mention bien, une fille est en stage de licence, une autre en stage de fin d'études technicien de laboratoire.
- Échanges réguliers avec les responsables des structures que nous soutenons : collège Sainte Marie Filles et Garçons à Ouahigouya, petit Séminaire de Nazareth à Ouahigouya, centre médical Notre Dame de la Miséricorde à Bam, dispensaire de Temnaore. Changement de directeur des 2 établissements faisant suite à la nomination de l'Abbé Hyacinthe Ouedraogo (actuel Directeur des 2 Etablissements depuis 2011) au niveau de la Conférence Episcopale Burkina Niger.
- Echange de Courriers entre les enfants du Centre de Loisirs de Saint Génies de Malgoires et ceux de l'Ecole Saint-Martial à Ouahigouya. Projet porté par Mélissa Meled animatrice au Centre de Loisirs de Saint-Génies de Malgoires. Depuis début janvier, 3 échanges de courriers ont pu être réalisés.
- Suivi des 4 palettes du fret réceptionnées le 12 mars 2021 à Ouahigouya. Préparation d'un prochain envoi par fret maritime 2 palettes maximum.
- Aide financière pour les déplacés : achat de nourriture.
- Bourse au permis pour Emma Chauvet.
- Vente d'artisanat au marché de Noel le 5 décembre 2020 et marché de Pentecôte le 24 mai 2021 à Montpezat organisé par L'Atelier des Vilaines.
- Aide pour les ventes caritatives au profit d'enfants défavorisés de l'AEBA les 29 mai, 12 et 26 juin à Lansargues.

Nous espérons pouvoir reprendre nos activités : ventes d'artisanat et traditionnel loto à partir de cet automne.

Chez Colette Chauvet

8 rue des Fraisses 30730 St Mamert

06.10.80.82.99 colettechauvet30@gmail.com

GYM POUR TOUS

Les cours de « Gym Pour Tous » sont accessibles à toute personne désireuse d'améliorer et maintenir sa condition physique et sa santé. La méthode consiste à réaliser des exercices d'étirements ciblés sur une partie précise du corps afin de gagner en souplesse musculaire et en amplitude articulaire. Elle engage tous les muscles (même ceux qui n'ont pas l'habitude de travailler), pour un travail du corps dans sa globalité. La respiration est très présente, elle permet d'oxygéner les muscles et régénérer les cellules. Effort, oxygénation et détente sont liés. Respirer aide les muscles à se relâcher. Le travail éveille la conscience, permet de corriger sa posture, son alignement, se redresser, gagner en énergie et en concentration et ainsi permet d'éloigner certaines douleurs chroniques. Tout en étant collectifs, les cours ont une approche individuelle. L'intervenante encourage et corrige pour travailler efficacement et dans la bonne humeur. Chacun y trouve sa place, sans pressions ! Le cours commence par un ancrage au sol pour bien mettre en relation les éléments de la posture : tête, épaule, tronc, bassin, pieds, ou quelques auto-massages pour se réchauffer. Ensuite, s'alternent des postures toniques et actives, où l'on relâche progressivement le corps. Afin de se faire une idée du déroulement d'un cours il est possible pour tout un chacun de participer à une ou deux séances à tout moment de l'année.

PAPILLES EN FETE

L'association Papilles en fête organisait avant la crise sanitaire un festival gastronomique au sein du village tous les 3èmes dimanche de juillet. L'objectif était d'une part de mettre la gastronomie à la portée de tous, mais aussi de promouvoir notre village au sein du département. La crise sanitaire a fortement impacté les restaurateurs, mettant un coup d'arrêt au festival Papilles en fête. Il est maintenant temps de se poser et de préparer une nouvelle manifestation pour 2022, peut être sur un nouveau concept sur la base de celui existant. Les membres de l'association et le bureau se tiennent à votre disposition pour accueillir de nouveaux bénévoles souhaitant s'impliquer dans l'élaboration d'animations festives pour le village.

Contact : Serge Rouviere président : 06.28.72.17.60

ASSOCIATIONS SAINT MAMERTOISES

Saint Mamert est riche de ses nombreuses associations (sportives, culturelles, festives, ...) que vous pouvez retrouver dans le tableau ci-dessous.

NOM	CONTACT	MAIL
AJSM	Thomas SECOMANDI	totoseco30@yahoo.fr
KARATE CLUB	Guilhem MERIC	asso.cksm@gmail.com
PAPILLES EN FETE	Serge ROUVIERE	serge.rouviere0139@orange.fr
ASSOCIATION SPORTIVE DES LEINS	Michel SECOMANDI	tomat30730@yahoo.fr
GYM POUR TOUS	Josselyne GURAN	guranjosselyne@yahoo.fr
LA CHASSE	Mariano ALVAREZ	
LA MARIETTE	Josiane GALVEZ	galvez.mariette@gmail.com
LES PAPILLONS DES LEINS	Françoise GRASSET	lespapillonsdeleins@yahoo.fr
LES PETIPAS DU GARD	Magali CAPRON	capron.mag@gmail.com / lespetipasdugard@msn.com
SMAC	Patrick COURTES	patrickcourtesun@gmail.com
MEMOIRE DE ST MAMERT	Max SERODY	maxserody@gmail.com
VIVENCE	François DUFAU	jfdufau@gmail.com
LES JARDINS DES TINELLES	Thierry BERGOGNE	jardinsstmamert@gmail.com
LES P'TITES CANAILLES	Djamila DELLOUL	lesptitescanailles30730@yahoo.fr
LA CALEBASSE DE OUAHIGOUYA	Colette CHAUVET	colettechauvet30@gmail.com
LE RUCHER CIVAM	Pierre GOUDARD	pierre.goudard259@orange.fr
ALE ECOLE PRIMAIRE	Lionel VEUX	veux.lionel@orange.fr
APE ECOLE MATERNELLE	Laura MARTIN	ape.stmamert30730@gmail.com
PAROISSE CATHOLIQUE	Marie-Chantal MATEOS	mchmat@hotmail.fr
PAROISSE PROTESTANTE	Jean-Serge FENSCH	jean-serge.fensch@wanadoo.fr
GAC	Jean-Loup CALINI /Jean-Rémi PLARD	plard.jr@wanadoo.fr
LE CLU DE L'ESSM	Brice CANONGE	brice-canonge@live.fr
USSEP (école)	Benoit JANSSEN	benoit.janssen@ac-montpellier.fr
YOGA SYNERGIE	Muriel MULLER	yogasynergie@gmail.com
VIVR'	Antoine CAILLAULT	accailault@gmail.com